



## Checkliste bei Binge-Eating und Adipositas

### Hausärztliche/ internistische Betreuung und Behandlung von Jugendlichen, Frauen und Männern mit Binge-Eating-Disorder, Übergewicht und/oder Adipositas

Bei der medizinischen Versorgung übergewichtiger KlientInnen finden wir verschiedene Problemfelder. Ein Aspekt ist die **Diskriminierung**. Übergewichtige, die nicht aufgrund ihres Übergewichts die Ärztin/ den Arzt aufsuchen, fühlen sich bedrängt, wenn sie sofort auf ihr Übergewicht angesprochen werden. Bitte gehen Sie sensibel im Gespräch mit Betroffenen um und beschränken Sie sich besonders im Erstkontakt auf die Behandlung aktuell beklagter Beschwerden.

Übergewichtige fühlen sich schnell **abgespeist**. Sie berichten, dass viele Ursachen ihrer körperlichen Beschwerden sofort auf das Übergewicht zurückgeführt werden, ohne dass eine genauere Untersuchung stattfindet. „Nehmen Sie erst einmal ab“ bekommen sie zu hören und oft noch einen Diätplan in die Hand gedrückt. So einfach ist es jedoch nicht...

Bluthochdruck und Diabetes sowie Beschwerden im Gelenkapparat können auf das Übergewicht erfahrungsgemäß zurückgeführt werden. Bitte prüfen Sie jedoch, ob die **Medikamente**, die Sie verordnen, möglichst **stoffwechselfneutral** sind. B-Blocker mit den Wirkstoffen Propanolol oder Atenolol sind hier ebenso wenig zu empfehlen wie Calciumcanla Blocker, die Nifedipin oder Amlodipin enthalten, da diese einen negativen Einfluß auf den Stoffwechsel haben und eine Gewichtsreduktion sehr erschweren. Wenn möglich, greifen Sie bitte auf ACE Hemmer und Sartane zurück. Auch für Diuretika wie HCT gilt die ungünstige Stoffwechselbeeinflussung.

#### **Bitte untersuchen Sie:**

- **Glucosewerte**
- **Lipide**
- **Harnsäure**
- **Lebertest**
- **Leber- und Nierenfunktion**
- **Schlafapnoe**

Eine differenzierte Diagnostik, z.B. ob eine psychogene Essstörung im Sinne des **Binge-Eating-Disorders** vorliegt, erleichtert es der Patientin/ dem Patienten sich gezielt Hilfe zu holen. Bei einer psychogenen Adipositas ist es unbedingt erforderlich, die psychischen Aspekte zu berücksichtigen und damit auch psychotherapeutische Hilfe einzuschalten. Bewegungs- und Ernährungsumstellung reichen hier nicht aus.

Hinweise auf eine **Binge-Eating-Störung** können sein: Schlingendes, sehr schnelles Essen, Kontrollverlust beim Essen, Essanfälle ohne Gegenmaßnahmen, schlechtes Gewissen nach dem Essen, heimliches Essen und Depressionen.

**DICK & DÜNN e.V.** bietet Beratung für Betroffene, auch kostenlos, sowie Informationen über PsychotherapeutInnen und psychosomatische Kliniken, die sich für eine entsprechende Behandlung eignen. Desweiteren betreuen wir Angehörige und Eltern und bieten für Betroffene angeleitete Gruppen an, die u.a. parallel zur Einzeltherapie stattfinden. Für Fragen stehen wir gern zur Verfügung. Viele Informationen finden Sie auch auf unserer Internetseite:

**[www.dick-und-duenn-berlin.de](http://www.dick-und-duenn-berlin.de)**